شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی گەورە

پێرست:

پێشەکی:

بە ڕێگەی ئەم نامیلکەیە دەمانەوێت، هەندێک زانیاری پێویست لە شێرپەنجە بە گشتی و نەخۆشی شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی گەورە بە تایبەت ئاراستەی خوێنەران بکەین.

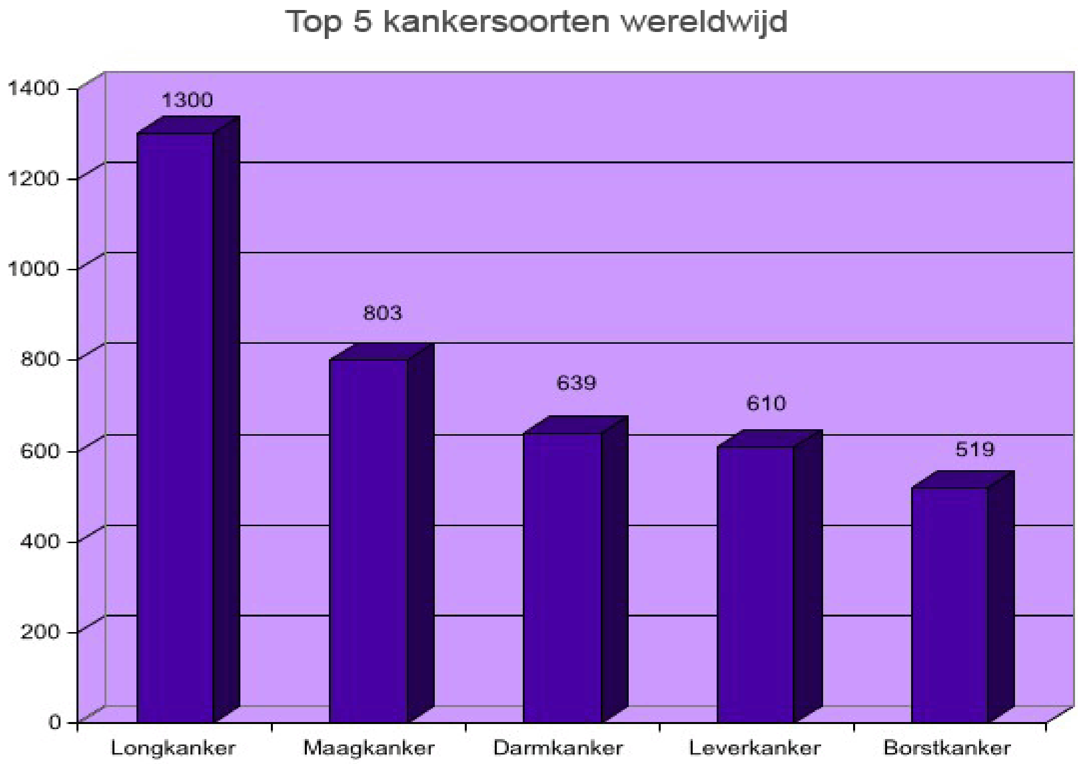
لە ئاماری ڕیکخراوی WHO(International Agency for research on cancer &the globocan project (2008 دا کە لە ساڵی ٢٠٠٨دا دەستنیشان کراوە ساڵانە بە ڕێژەی ١٢،٧ ملیۆن کەس تووشی شێرپەنجە دەبن. لە نێوان پیاواندا ڕێژەکەی٦،٦ ملیۆن و لە نێوان ئافرەتاندا ٦،٠ ملیۆن تووشبووە. چاوەڕێ دەکرێت ئەم ڕێژەیە لە ساڵی ٢٠٣٠دا بگاتە ٢١ ملیۆن کەس.

هەروەها ساڵانە نزیکەی ٦،٧ ملیۆن کەس لە جیهاندا بە هۆی نەخۆشی شێرپەنجە کۆچی دوایی دەکەن. ئەم ڕێژەیە چاوڕوان دەکرێت کە لە ساڵی ٢٠٣٠ دا بگاتە ١٢ ملیۆن کەس.

سەنتەری پەنا، بۆ پشتیوانی لە تووشبووان بە شێرپەنجە لە کوردستان پێیوایە کە بە ڕێگەی بەخشینی هۆشیاری تەندروستی لەسەر شێرپەنجە و شێوازی ژیانی تەندروست، مرۆڤ دەتوانێت تا ڕادەیەک پێش بە تووشبوون بە شێرپەنجە بگرێت یاخود ئەگەر مرۆڤ بە نیشانەکانی ئاشنا بوو، ئەو دەتوانێت بە کاتی خۆی هەڵوێستە وەرگرێت و بە دوای چارەسەریدا بگەڕێت یان بە ئەزموون و هەگبەی ئەو زانیارییەی کە هەیەتی باشتر دەتوانێت کەسانی دەورووبەری خۆی هۆشیار بکاتەوە لە خۆپاراستن و ئەگەری تووشبوون بە شێرپەنجە.

هەروەها چۆنییەتی مامەڵەکردن لە گەڵ نەخۆشی شێرپەنجە ئاسان نییە، چۆنکە ئەم نەخۆشییە نە تەنیا گۆڕانکاری جەستەیی بەڵکو دەروونی و کۆمەڵایەتیشی پێوەیە. بۆ نموونە ئەم هەستەی ترس و دڵەڕاوکێیەی کە تووشبوو بە شێرپەنجەی هەیەتی گاریگەری دەخاتە سەر لای کۆمەڵایەتیشی.ئەم سێ گۆشەیە کە دەکەوێتە ژێر کاریگەری شێرپەنجە لە زۆربەی حاڵەتدا بالانس یاخود تەوازنی لە دەست ئەدات و کەسی تووشبوو دەکەوێتە ناو بارودۆخێکی دژوار.

(٥) جۆرە هەرە زیاترین نەخۆشی شێرپەجە لە جیهاندا:



Aantal sterfgevallen per kankersoort per jaar x 1.000. Bron: WHO, 2009

ڕێژەی کۆچ و جۆری شێرپەنجە بە گوێرەی ڕاپۆرتی who ڕێکخراوی تەندروستی جیهانی لە ساڵی ٢٠٠٩دا:

- شێرپەنجەی سییەکان ١٣٠٠
- شێرپەنجەی گەدە ٨٠٣
- شێرپەنجەی ڕیخۆڵە ٦٣٩
- شێرپەنجەی جگەر ٦١٠
- شێرپەنجەی مەمک ٥١٩

زیاترین ٣ جۆرە شێرپەنجە کەی کە لە وڵاتانی جیهانی سێیەم دا پێش دێن



پیاوان:

- شێرپەنجەی سییەکان ١٧%
- شێرپەنجەی گەدە ١٣%
- شێرپەنجەی جگەر ١٢ %
- شێرپەنجەکانی تر ٥٨%

ئافرەتان:

- شێرپەنجەی مەمک ٢٠%
- شێرپەنجەی دەروازەی منداڵدان ١٣%
- شێرپەنجەی سییە ٨%
- شێرپەنجەکانی تر ٥٩%

زیاترین ٣ جۆرە شێرپەنجەکەی کە لە وڵاتانی ڕۆژئاوایی پێش دێن



پیاوان:

- شێرپەنجەی پرۆستات %٢٢
- شێرپەنجەی سییەکان %١٦
- شێرپەنجەی ڕیخۆڵە %١٣
- شێرپەنجەکانی تر %٤٩

ئافرەتان:

- شێرپەنجەی مەمک %٢٧
- شێرپەنجەی ڕیخۆڵە %١٣
- شێرپەنجەی سییەکان %٩
- شێرپەنجەکانی تر %٥١

بۆچی ئەو نامیلکەیە؟

بۆ زۆر کەسان ئاسان نییە لە بارەی شێرپەنجە بدوێن یان هەر باسی بکەن و بۆیان گرانە ووشەی شێرپەنجە بە زمان بەیان بکەن.

زۆر خەڵک نەخۆشی شێرپەنجە بە شاراوەیی دەهێڵنەوە و تەبووی لەسەرە و مامەڵەکردن لە گەڵ ئەو نەخۆشییە ئاستەنگە.

جاریوایە بە هۆی نەبوونی زانیاری یان هەبوونی زانیاری هەڵە لەوبارەوە،لەو نەخۆشییە دەترسن.بۆ نموونە پێیانوایە تووشبوون بە شێرپەنجە واتە کۆتایی ژیان و مەرگ. خۆشبەختانە وانییە. ئەگەری تووشبوون بە شیرپەنجە تا ڕادەیەک کەمتر دەبێتەوە بە ڕێگەی هەڵبژاردنی ژیانێکی تەندروست.

لەو نامیلکەدا باسێک لە سەر شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی گەورە بە زمانی ئاسان و پاراوی کوردی دەکەیین و مەبەستمان ئەوەیە کە ئەو کەسەی ک گومانی نەخۆشی شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی گەورەی لێ دەکرێت یان تووشی بووە،لە زانیاری پێویست سوودمەند بێت.

چۆنکە لە ماوەیەکی کورتدا کەسی تووشبوو هەواڵی زۆر ناخۆش دەبیستێت و لەوانەیە بە سەرجەم ئەو دەستەواژانەی پزیشک و چارەسەرییەکان ئاشنا نەبێت و لەو لایەنەوە ترس و دڵەڕاوکێ و گوومان لە هزریدا چێ بێت.ئەگەر مرۆڤ باشتر ئاشنا بێت بە جۆری نەخۆشییەکەی،ئەوا مرۆڤ خۆشی دەتوانێت ڕۆڵێکی ئەرینی هەبێت لە قۆناغەکانی چارەسەریدا و سەرکەوتنی باشتر چاوەڕێ دەکرێت.

لە کۆتاییدا دەتوانی بە ڕێگەی ئەو نامیلکەیە پرسیار و گوومانەکانت ئاراستە بکەی و هاوکاری وەرگری لە کەسانی بە ئەزموون لەو بارەدا.چۆنکە ئیمە پێمانوایە کە "هەموو کەس مافی رۆژێکی نوێی هەیە".

شێرپەنجە چییە؟

شێرپەنجە ناوێکی گشتی کە زیاتر لە ١٠٠ جۆرە نەخۆشی بەخۆی دەگرێتەوە.
سەرجەم ئەو نەخۆشییە شێرپەنجانە کە لە یەک خاڵ دا هاوبەشن و ئەوەش ئەوەیە کە: هەموویان تێکچوونی پڕۆسەی سیستەمی دابەشبوونی خانەکانی جەستەیان هەیە.

شێرپەنجە نەخۆشییەکە کە زۆر لە خەڵکان تووشی دەبن.شێرپەنجە لە تەواوی جیهاندا پێش دێت،لە وڵاتانی زەنگین و هەژاردا.
شێرپەنجە زیاتر لە ناو کەسانێک کە تەمەنیان سەرووی ٦٠ ساڵە پێش دێت،هەروەها منداڵانیش تووشی دەبن.هەرچەند تەمەن بەرەو سەرووتر بڕوات ،ئەوەندەئەگەری تووشبوون زیاترە.شێرپەنجە نەخۆشی خانەکانی جەستەمانە.

خانەکان چین؟

جەستەی مرۆڤ لە چەندین ملیارد بەردی بنچینەیی پێکهاتوە واتە خانە،وەکو خشتی بیناسازی خانوو.
بەردەوام لە جەستەدا خانەی نوێ دروست دەبن.بەم شێوەیە جەستە گەشە دەکات و جێگەی خانەکانی زیان پێگەیشتوو و بەسەرچوو پڕ دەکاتەوە.دروستبوونی ئەو خانە نوێیانە بە هۆی پڕۆسەی دابەشبوونە لە کاتی دابەشوونی خانەیەک دەبێتە دوو،دوو دەبێتە چوار،چوار دەبێتە هەشت...هتد،واتە کۆپی لە خۆی دەکات.بەو شێوەیە جەستە گەشە دەکات و گەورە دەبێت.
بۆ نموونە کاتێک کە شوێنیکت بریندار دەبێت.واتە پێستت ئاوەڵە دەبێت و ماوەیەک دواتر برینەکە خۆی دەگرێت و پێست نۆژەن دەبێتەوە.
هەر خانەیەک ئەرکێکی تایبەت بە خۆی هەیە.خانەی گەدە و ڕیخۆڵە ئەرکی هەرسکردنی خۆراکی هەیە لە ناو گەدە و ڕیخۆڵەدا.خانە لە ناو دڵدا ئەرکی هەڵسووڕاندنی خوێنی لە جەستەدا هەیە.

دابەشبوونی خانەکان بە شێوەی ڕێک /ئاسایی:

جەستەی مرۆڤ بە ئاسایی و خۆرسکی پڕۆسەی دابەشبوونی خانەکان دەکات.ناوەڕۆکی هەر خانەیەک هەڵگری زانیارییە و دەستنیشان دەکات کە خانە لە چ کاتێکدا دابەش و کەی دەبێ بوەستێت. ئەو زانیارییەی ناو خانە،جینات(ژێنەکان) جێگر کراوە و لە دایک و باوکەوە بۆ منداڵ دەگوازرێتەوە.
ئەو پێکهاتەی بۆ ماوە(ویراسییە) واتە DNA لە ناو دنکی هەر جەستەیەکی خانەدا هەیە.

گرێ یان تومۆر چییە؟

لە جەستەدا ئەگەری ئەوە هەیە کە هەڵەیەک ڕووبدات و خانەکان ئیتر نەتوانن دابەشبوون یان پرۆسەی کۆپیکردن ڕاوەستێنن.بەو شێوەیە گلۆڵەیەک لە خانەی هەڵە پێکدێت.ئەو پێکهاتە هەڵەیە پێی دەڵێن گرێ یان تومۆر.ئەو گلۆڵەیە لە سەرەتادا بچووکە،بەڵام دواتر لەوانەیە زۆر گەورەتر بێت.نە تەنیا لە ناوەوە بەڵکو لە دەرەوەی جەستەش دا گەورە دەبێت.
دوو جۆر گرێ یان تومۆر هەیە.گرێی ئاسایی و گرێی مەترسیدار. بە گرێی مەترسیدار دەڵێن شێرپەنجە.

دابەشبوونی خانەکان بە شێوەی نارێک/نائاسیی:

هاوکات لە گەڵ دابەشبوونی ملیۆنەها خانە لە ڕۆژێکدا،لەوانەیە هەڵەیەک لەو پرۆسەیەدا ڕووبدات.ئەو هەڵەیە لەوانەیە بە ڕێکەوت بێت یان بە هۆی کاریگەری:بۆ نموونە جگەرەکێشان بێت یان بەرکەوتنی ڕێژەیەکی زۆر لە تیشکی خۆر بێت.
بۆ ئەم تێکچوونە،خانەکانی نۆژەنکەرەوە کاری بۆ دەکەن.بەڵام جاریوایە ئەو سیستەمەی بەرگرییە تێکدەچێت و ناتوانێت ئەرکی خۆی بە ئەنجام بگەیەنێت.ئینجا ئەو جیناتانەی کە دابەشبوون،زیادکردن و گەشەپێدانی خانە ڕێکدەخەن،تووشی هەڵە دەبن.ئەگەر چەندین جار لە ناو ئەو خانەدا ئەو جۆرە هەڵەیە دووبارە بۆیەوە،ئەوە خۆی بە شێوەی نارێک دابەش دەکات و دابەشبوونەکە لە میکانیزمی کارگێڕی خۆی دەکەوێت و سیستەمی ڕێک دەچێتە ناو سیستەمی نارێک کە واتە کۆنترۆڵی بەسەر خۆیدا نامێنێت و دەبێتە هۆی ئەستووربوون و پێکهاتنی گرێ یان گلۆڵەیەکی ئاڵۆز واتە Tumor.ئەوسا دەڵێین ئە وە شێرپەنجەیە.

گرێی ئاسایی

گرێی ئاسایی بە شێرپەنجە ناونابرێت.چۆنکە گلۆڵە هەڵەکە لە ناو بازنەی خۆیدا دەمێنێتەوە.ئەو لە سنووری خۆیدا دەرناچێت و گەورەتر نابێت تا بە ناو بەشەکانی تری جەستە و کۆئەندامەکاندا بڕوات و بڵاو نابێتەوە بە جەستەدا.
ئەو جۆرە گرێیانە سەربەخۆ دەوەستن لە گەورەبوونیان و بچووک دەمێننەوە.ئەگەر هاتو گرێیەک پاڵ بە بەشێک لە کۆئەندامەکاندا بنێت،ئەوە پزیشک ئەو گرێیە دەردێنێت.

گرێی مەترسیدار

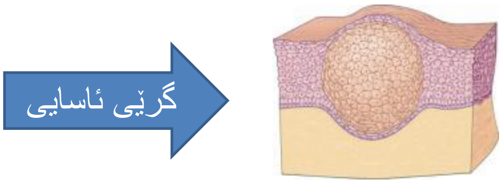
کاتێک گرێ مەترسیدارە کە خانەکان بەردەوام بن لە دابەشبوونیان واتە خۆکۆپیکردن.ئەوان لە ڕادە بەدەر گەورە دەبن و لە بازنەی خۆیان دەردەچن و دەڕۆنە ناو کۆئەندامەکانی جەستە و زیانمەندییان دەکەن.ئەو جۆرە گرێیانە ئەگەریان هەیە کە نە تەنیا لە شوێنێک بەڵکو دواتر لە ناو جەستەی مرۆڤ دیسان گرێی مەترسیداری تر درووست بکاتەوە واتە بڵاو ببێتەوە.

بڵاوبوونەوە

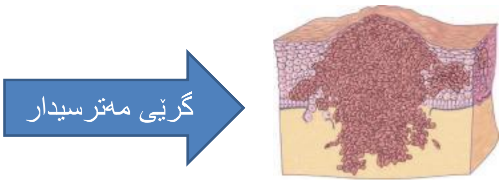
لە گرێیەکی شێرپەنجەئیدا لەوانەیە خانەیەکی شێرپەنجەیی بپچڕێت و جیا بێتەوە.ئەو خانەشێرپەنجەئیانە لەوانەیە وێڕای خوێن یان بە ڕێگەی لیمفەکانەوە خۆیان بگەیەننە شووێەتێکی تری جەستەی مرۆڤ و لەو شووێنەدا برووێت و گەورە وەک گلۆڵەیەک یان گرێ. ئەوە پێی دەڵێن بڵاوبوونەوە واتە Metastase .

ئینجا،ئەگەر کەسێکی تووشبوو بە شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی گەورە لە دوائیدا هەروەها لە ناو جەرگیدا بڵاو بۆیەوە،ئەوە هەرگیز بە شێرپەنجەی جگەر ئەژمار ناکرێت بەڵکو هەر شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی گەورەیە.ئەوانەش هەر وەک شێرپەنجەی ڕیخۆڵە چارەسەر دەکرێت.

گرێی ئاسایی و گرێی مەترسیدار:



شێرپەنجە ئەگەری بڵاوبوونەوەی لێ ناکرێ



واتە شێرپەنجە بڵاودەبێتەوە

بۆچی زیاتر لە ١٠٠ جۆر شێرپەنجە هەیە؟

هەر خانەیەکی جەستە ئەرک و چالاکی تایبەت بە خۆی هەیە.خانەی سییە جیاوازە لە خانەی گەدە.ئینجا ئەو جیاوازییەش لە گەڵ ئەوەدا دەمێنێتەوە کاتێک کە خانەکە دەگۆڕێت و دەبێت بە خانەی شێرپەنجەیی. لە کام شوێنە کە یەکمجار شێرپەنجەی تێدا دروست بووە، ناوی ئەو شوێنە بە خۆیەوە دەگرێت.بۆ نموونە شێرپەنجەی سییەکان واتە خانەی شێرپەنجەیی لەناو سییەکاندا دروست بووە.یان شێرپەنجەی گەدە واتە خانەی شێرپەنجەیی لە ناو گەدەدا دروست بووە.

زیاترین جۆری شێرپەنجە کە پێش دێن ئەوانەی خوارەوەن:

- شێرپەنجەی سییە
- شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی گەورە
- شێرپەنجەی مەمک
- شێرپەنجەی پرۆستات

- **شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی گەورە**

خۆراک بە ڕێگەی دەم،سوورینچک و گەدەوە دێتە ناو ریخۆڵەی بچووک یان باریک.لەوێدا بەشی زۆری خۆراکەکە هەرس دەکرێت و پێکهاتە خۆراکیەکان دێنە ناو خوێن.ئەو پاشکۆییەی کە لە خۆراک بەجێ دەمێنێت دەچێتە ناو ڕیخۆڵەی گەورە.ئەوە بەشی کۆتایی قۆناغی هەرسکردنە.

ریخۆڵەی گەورە نزیکەی یەک متر و نیو درێژە و بە شێوەیەکی گشتی لە سێ بەش پێکهاتووە:

- ریخۆڵە کوێرە
- کۆڵۆن
- بەشی کۆتایی ڕیخۆڵە واتە بەشی پێش کۆم

ریخۆڵەکوێرە کەوتۆتە ناو خوارەوەی زگ بەشی لای ڕاست و کۆتایی ڕیخۆڵە بچووکە.ئەو بەشە وەک چەرمێکی باریک و هەڵاوەسراوە.شێوەی کلکی هەیە.

ریخۆڵەی گەورە واتە کۆلۆن، کە گەورەترین بەشە.لە لای ڕاستەوە تاکو جگەر بەشی سەرووییە(١).لە جگەرەوە پێچێک دەکات و دەڕوات بۆ ژێر گەدە لای چەپ.ئەوە بەشی ڕاست و چەپی پێدەڵێن(٢).ئینجا ڕیخۆڵە دیسان بە پێچێکی تر دەڕوات بە لای جەپەوە بۆ خوارێی ناو زگ.بەشی سەراوژێری(٣). ئەوەدیتە ناو سیگمۆئید(٤).

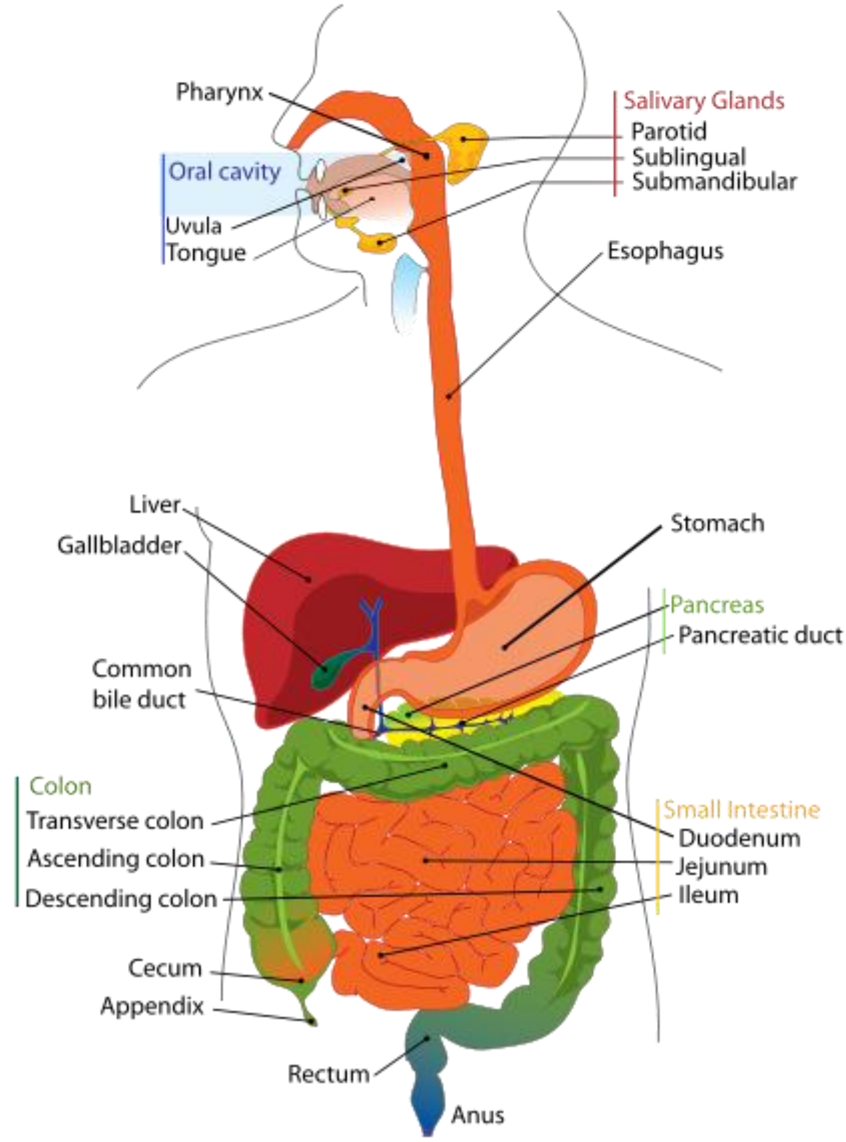
بەشی کۆتایی ڕیخۆڵەی گەورە،خۆی بە ماسوولکەی گووشێنەر یان داخەر Sphincter و بە کۆم دەبەستێتەوە.

دیواری ڕیخۆلەی گەورە لە سێ چین پیکهاتووە.

لە دیوی ژوورەوە بۆ ناوەوە.

- چەرم،کە لەوێدا ڕژێنەکان چەوری دەڕژێنن.
- پێکهاتەی پتەو و ڕاگر،لەو چینەدا زیاتر خوێنهێنەر و خوێنبەرەکانی تێدایە.
- دوو چینی ماسوولکە.

ریخۆڵەی گەورە لە چاڵائی زگدایە.ئەو چاڵائیە بە پەردەیەکی تایبەت داپۆشراوە.چەرمی پەردەی زگ/سک.ئەو پەردەیە بە قەبارەیەکی زۆر ڕیخۆلەی گەورەی داپۆشیوە.



کۆئەدامی هەرس

١.سوورێنچک

٢.گەدە

٣.جگەر

٤.ریخۆڵەی باریک/بچووک

٥.ریخۆڵەی ئەستوور/گەورە

٦.ریخۆڵەکوێرە

٧.کۆڵۆن/ڕیخۆڵەی گەورە

٧-١ ئەو بەشەی دەڕواتە سەرەوە(لای ڕاستی سک)

٧-٢ ئەو بەشەی کە لە سەرەوەی سک لە راست بۆ چەپ دەڕوات

٧-٣ ئەو بەشەی کە دێتە خوارێ

٧-٤ سیگمۆئید واتە بەشی کۆتایی کۆڵۆن

٨.بەشی کۆتایی ڕیخۆڵە

٩.کۆم

- هەرسکردن

زۆربەی کردەوەی هەرسکردن،لە ناو ڕیخۆڵەی بچووکدایە.ئەو پاشکۆیەی کە لە ناو ڕیخۆڵەی بچووکەوە دێتە دەرەوە،ئیتر لەوێدا هەرس ناکرێت.ئەو بەشە زیاتر پێکهاتووە لە ڕیشاڵەکانی گیایی،ئاو خوێی جۆراوجۆر.

قۆناغی کۆتایی پرۆسەی هەرسکردن دەکەوێتە ئەستووی ڕیخۆڵەی گەورە. ئەو بەکتریانەی کە سوودمەندن لە ناو ڕیخۆڵەی گەورەدا،ئەوان بەشی زۆری لە ڕیشاڵە گیایەکان هەرس دەکەن.ئینجا پەردە چەرمیەکەی ڕیخۆڵەی گەورە، پێکهاتەکەی خۆراکەکە و لە گەڵیشیدا ئاو و خوێ هەڵدەمژێت.ئینجا بۆیە کە پاشکۆیەکە ڕەق دەمێنێتەوە.لەناو پاشکۆدا خۆراکی هەرسنەکراو،ئاو،چڵم،خانەکانی لەناوچووی دیواری ڕیخۆڵە و بەشێک لە بەکتریاکان دێنە دەرەوە.

- شێرپەنجەی ڕیخۆڵە

دوایی شێرپەنجەی پرۆستات و شێرپەنجەی سییە،شێرپەنجەی ڕیخۆڵە باوترین جۆری شێرپەنجەیە کە لە نێوان پیاواندا پێش دێت.

لە نێوان ئافرەتاندا دوایی شێرپەنجەی مەمک،شێرپەنجەی ڕیخۆڵە لە ڕیزی دوویەم دایە.

نەخۆشی شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی گەورە زیاتر لە تەمەنی گەورانداییە واتە نزیک تەمەنی ٦٠ساڵ.بەڵام لە لاوانیشدا هەیە.

زۆربەی گرێ یان تومۆرەکان (٥٠ تا ٦٠%)یان لە بەشی کۆتایی ڕیخۆڵەدا پەیدا دەبن.واتە لە سیگمۆئید و بەشەکەی پێش کۆم دا.

- شێوەی گەورەبوون یان پەل هاویشتن

کاتێک کە گرێی شێرپەنجەی ڕیخۆڵە گەورەتر دەبێت،ئەوە لە ناو چینە جۆراوجۆرەکانی تری دیواری ڕیخۆڵە دەڕوێت و بەرەو زیادبوون دەڕوات. لە دەورووبەری ڕیخۆڵەکاندا ڕێژەیەکی زۆر لە خوێنهێنەرو ڕژێنی لیمفاوی هەن.

هەرچەندە گرێ لە ناو دیواری ڕیخۆلەدا بەروە زیادبوون بچێت،ئەگەر و ڕیسکی پچڕانی خانەکانی شێرپەنجەیی زیاترە کە دواتر لە ناو جەستەدا بڵاوببنەوە بە ڕێگەی:

- بە ڕیگەی لیمف،خانەی پچڕاوی شێرپەنجەیی خۆی بگەیەنێتە ناو ڕژێنەکانی لیمفاوی.لەوێدا دەتوانن زیادبن و گرێ یان تومۆرێک پێک بێنن.ئەوەس پێی دەڵێن بڵاوبوونەوەی هەرێمی یان Metastasis .
- خانە پچڕاوەکانی شێرپەنجەیی دەشکرێت بە ڕێگەی خوێن بڵاو ببنەوە.ئەوان دەتوانن لە شوێنێکی تری جەستەدا گەشە بکەن و دیسان بروێنەوە.بۆ نموونە لە ناو جگەر یان سییەکاندا.
- لە پەنا ئەوانەشدا لەوانەیە خانە پچڕاوەکانی شێرپەنجەیی شێرپەنجەی گرێی ڕیخۆڵە لە ناو چاڵایی سک دا خۆی جێگیر بکات.ئینجا خۆیان دەپەیتێنن لە پەردە چەرمییەکەی سک دا.ئینجا لەناو سک دا ئاو یان تەڕایی کۆمەڵ دەبێت،کە دەبێتە هۆی ئازاری زۆر لە سک دا.

- زوو دۆزینەوە

زوو و بە کات دیتنەوەی نەخۆشی شێرپەنجەی ڕیخۆڵە زۆر گرنگە.هەرچەند زووتر نەخۆشییەکە دەستنیشان بکرێت و چارەسەری پێویست بکرێت،ئەوە ئەگەر یان شانسی مانەوە لە ژیاندا زیاترە.
لە لێکۆڵینەوەیەکی زانستیدا سەلمێندراوە کە سیستەمی پشکنین یان Screening کە لە وڵاتانی ئەوروپادا هەیە دەتوانێت ڕێژەی کۆچ بە هۆی ئەو نەخۆشییە کەم بکاتەوە.

- هۆکارەکان

بە دڵنیایی ئاماژە بە هۆکاری شێرپەنجەی ڕیخۆلە ناتوانریت بکرێت.بەڵام هەندێک فەکتەر هەن کە ڕۆڵییان هەیە
هەندێک کێشە یان نەخۆشی ڕیخۆڵە هەن کە لەوانەیە ببن بە هۆی تووشبوون بە شێرپەنجە.ئەو کەسانە باشتروایە کە بەردەوام چاودێری خۆیان بکەن و پشکنینی بەیناوبەین ئەنجام بدەن.ئەگەر بیتوو گۆڕانکارییەک هەبێت لە ڕیخۆڵەکاندا ئەوا مرۆڤ دەتوانێت باشتر کاری بۆ بکات و دۆزینەوەی لە قۆناغێکی سەرەتائیدا دەبێت.

- پۆلیپ یان گۆشتپارە لە ڕێخۆڵەکاندا.ئەو لووانە زیاتر لە کەسانی بە ساڵانچووواندا هەیە.بەڵام بە تێپەڕبوونی زەمان ئەوە دەبن بە گرێی شێرپەنجەی ڕیخۆڵە.
- هەوکردنی ڕیخۆڵەی گەورە یان colitis ulcerosa و نەخۆشی Crohn بە تایبەت کە نەخۆشییەکە چالاک ودرێژخایەن بێت.
- چارەسەرێکی پێشتر بۆ نەخۆشی شێرپەنجەی ڕیخۆڵە.ئەو کەسانەی کە پێشر چارەسەر کراون بۆ تومۆری شێرپەنجەی ڕیخۆڵە،ئەگەری زۆریان هەیە کە دیسان ئەو جۆرە کێشەیە بگرنەوە.بەشەکانی ساغی ڕیخۆڵە لەو کەسانەدا ئامادەترە بۆ زوو دروستکردنی شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی گەورە.
- شێوەی بۆماوە یان ویراسی.لە زۆربەی حالەت یان جۆرەکانیدا فەکتەری ویراسی ڕۆڵی کەمی هەیە لە ناو خێزانەکاندا یان خانەوادەدا جاریوایە یەکجۆر شێرپەنجە زیاتر دێتە پێش.دوو جۆر نەخۆشی هەن کە ئەگەری زۆرە هۆکاری دروستکردنی شێرپەنجەی ڕیخۆڵە بن.وەکو نەخۆشی:

1- Lynch syndroom (HNPCC)
2- Familiaire Adenomateuse Polyposis (FAP)

لە حالەتی جۆری یەکەمدا،تەنیا 5%ی ئەو کەسانەی تووشبوو بە شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی گەورە دەگرێتەوە.ئەو جۆرە بە چەند خاڵ خۆی لە شێرپەنجەی ئاسایی ڕیخۆڵەی گەورە جیا دەکاتەوە.
Lynch syndroom زیاتر لە تەمەنی نزیک ٤٥ دا پەیدا دەبێت.جاریواشە لە تەمەنی لاویدا.ئەو جۆرە گرێیە زیاتر لە بەشی لای ڕاست کە هەڵدەگەڕێتە سەرەوە پەیدا دەبێت بە پێچەوانەی زۆربەی جۆرەکەی ئاسایی کە لە بەشەکەی نزیک سیگمۆئید وکۆم دا پەیدا دەبێت.
Familaire Adenomateuse Polyposis نەخۆشییەکی ویراسییە.ئەو جۆرە لە ناو چەرمی دیواری ڕیخۆلە و لە بەشی کۆتایی ڕیخۆڵەدا چەند هەزارێک پۆلیپ یان لوو پەدا دەبن.ئەگەر بێتوو بە هێند وەرنەگرێن و

چارییان نەکرێت ئەوا دەبنە هۆی شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی گەورە. 1%ی کەسانی تووشبوو بە شێرپەنجەی ڕیخۆڵە لەو جۆرەیان هەیە.ئەگەر ڕێژەیەکی زۆر لە پۆلیپ یان لووی ڕێخۆڵە هەبوو،واباشترڕیخۆڵەکە لابەن.

خۆراک - و شێوازی ژیان

ریسک یان ئەگەری تووشبوون بە شێرپەنجەی ڕێخۆڵەی گەورە بەستەراوەتەوە بە خۆراک و شێوازی ژیان. بۆ هەندێک جۆر خۆراک جارێ نەزاندراوە کە کاریگەری و ئەگەری تووشبوون بە شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی گەورە بەرزتر یان متر دەکات.

- ئەو فەکتەرانەی کە ئەگەری تووشبوون بە شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی گەورە زیاتر دەکەن وەکو:
  - خواردنی گۆشتی سوور و جۆرەکانی تر.
  - خواردنەوەی خواردنەوەکانی ئەلکهولی(مەی) یان هۆشبەر کە ڕۆژانە لە ٣ پەرداخ زیاتر بێت.
  - بەرزی کێش یان قەڵەوی.
  - جگەرە کێشان.
- ئەو فەکتەرانەی کە ئەگەری تووشبوون بە شێرپەنجە کەم دەکەنەوە وەکو:
  - هەڵبژاردنی خشتی خۆراکی تەندروست واتە جیاوازی لە خۆراکدا و هەمە لایەنە.
  - پارێزکردن لە خواردنەوی مادده هۆشبەرەکان.
  - جم و جۆڵی ڕۆژانە و بەردەوام
  - کێشی سنووردار.

- تەنینەوە

شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی گەورەش وەکو سەرجەم شێرپەنجەکانی تر، تەنینەوە(گرتنەوەی) نییە لە کەسێک بۆ کەسێکی ترەوە.

- نیشانەکانی شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی گەورە

نیشانەکانی شێرپەنجەی ڕیخۆلەی گەورە جیاوازن و پەیوەستە بە ئەو شوێنەی کە گرێیەکە تێیدا پەیدا بووە.

ئەگەر گرێکە لە بەشی سەرەتا یان کۆتایی بەشی ڕیخۆڵەدا بێت،کێشە و نیشانەکانی جیاوازن.

ئەگەر بێتوو گرێکە لە بەشی کۆتایی ڕیخۆڵەدابێت،لەوێدا پاشکۆی خۆراک یان پیسایی ڕەقە و بەرگری لە کردەوەی دەرهاویشتن دەکات.ئەوە دەبێتە هۆی ئەو گرفتانەی خوارەوە:

- گۆڕانکاری لە شیوەی پاشکۆ یان خۆراکی هەرسکراودا.جاریوایە ڕەق و جاریوایە سک چوون هەیە.
- وێڕای پاشکۆی خۆراک هەروەها خوێن یان چلم/ بەڵغەم بێت.
- هەستی دەرهاویشتنی پاشکۆ ی خۆراک(پیسایی) بۆی بێت،بەڵام هیچ سوودی نەبێت.

کاتیک کە گرێ لە ناو سەرەتایی ڕیخۆڵەی گەورەدا بێت،ئەوا کێشە یان گرفتەکان زۆر دوائیتر لە ئەوەی کە گرێ لە بەشی کۆتاییدا ڕیخۆلەی گەروەدا بێت خۆیان دەردەخەن.لە سەرەتای ڕێخۆڵەی گەروەدا بە تایبەت پاشکۆی خۆراک یان پیسایی هێشتا ڕوون و شلە.ئینجا بەو ڕێگەیەدا گرێ بە ئاسانی ڕادەبرێت.

- لە کاتێکدا ئەو جۆرە نیشانانە خۆیان دەردەخەن وەکو:
- ماندوویی و سەرگێژەکە،سەرسووڕان بە هۆی کەمخوێنی.

خوێنبەربوونی درێژخایەن لە ناو ڕیخۆڵەی گەورەدا هۆکاری پەیدابوونی کەمخوێنییە.خوێنبەربوونەکە بە چاو نابیندرێت.

- سک/ژگ ئێشەیەکی ناشەفاف واتە نەزانی بە دروستی لەکوێدایە و ئازارەکە چۆنە.
- شوێنێکی هەستیار لە ناو سکدا.کاتێ پشکنینی سک،پزیشک هەست بە ئەستووربوونێک دەکات.

ئەو نیشانە و کێشانە لەوانەیە پەیوەندی بە نەخۆشییەکی تریشەوە هەبێت.بەڵام ئەگەر هاتوو ئەو نیشانە و کێشانە لە ماوەی دوو تا سێ حەوتەیی خایاند،ئەوە پێویستە سەردانی پزیشک بۆ پشکنین.ەرچەندە مرۆڤ هەست بە نەخۆشی نەکات و زۆریش هیلاک نەبێت.

- پشکنین بۆ دەستنیشانکردنی نەخۆشی

ئەگەر هاتوو مرۆڤ بە هەبوونی یەک یان چەند نیشانە لەو نیشانانەی کە باس کرا سەردانی پزیشکی کرد،ئینجا ئەو بە پشکنینی جەستە دەستپێدەکات.ئەو پێسان سک و دواتر هێڵی نێوان ڕان و سنووری سک دەپشکنێت.

ئەگەر مرۆڤ خوێن یان چڵم/خرینووی هەبێت،ئەوە پزیشک بە پیویستی دەزانێت کە ناو کۆم و بەشی سەرووتربە پەنجە بپشکنێت.

ئەگەر پزیشک گوومانی هەبێت یان بزانێت کە ئەگەری زۆر هەیە بۆ شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی گەورە یان نەخۆشییەکی تر،ئەوا جاریوایە پزیشک بە پێویستی دەزانێت کە نەخۆشەکە بنێرێت بۆ لای پزیشکێکی پسپۆر وەک پزیشکی شارەزا لە کۆئەندامی گەدە،ڕیخۆڵە و جگەر یان نەشتەرگەر.

پزیشکی پسپۆر

پزیشکی پسپۆریش بە نۆبەی خۆی دیسان، پشکنینی کۆم وبەشی سەرووتری ڕیخۆڵەی گەورە دووبارە دەکاتەوە.

لە دوائیدا هەندێک جۆر پشکنین بە ڕیگەی ئامێرەکان دەکات وەکو:

Endoscopy

کاتێ پشکنین بە میتۆدی ئەندۆسکۆپی،پزیشک بە ڕیگەی ئەو ئامێرە کە لە شێوەی سۆندەیە و بە سەرییەوە کامیرەی Endoscoopپێوەیە،دەتوانیت ناو ڕیخۆڵە ببینێت وە لێی وورد بێتەوە.لە کاتێ پشکنینەکەدا،پارچەیەکی بچووک لە ڕیخۆڵە دەکرێتەوە وە بۆ تاقیگە دەنێردرێت بۆ پشکنین.پزیشکی پسپۆر واتە Patoloog ئەو پارچەیە لە ژێر میکرۆسکۆپ دا دەبینێت و ئەنجامەکەی بۆ پزیشکی پسپۆر یان نەشتەرگەر دەنێرێتەوە.ئەنجامی ئەو پشکنینە دەتوانێت بە تەواویی نەخۆشییەکە دەستنیشان بکات.

ناوی پشکنینەکە پەیوەستە بە گوێرە و کام شوێنی ڕیخۆڵە کە پێویستە پشکنینی بۆ بکرێت وە ئەو ناوەیان هەیە:

- لە پشکنینی Rectoscopy دا ئەوا پزیشک ئامێری ئەندۆسکۆپ بە درێژایی 20-25cm دەخزێنێتە ناو ڕیخۆڵەی گەورە.تەنیا بەشی کۆم وە هەندێک سەرەوەتر دەبیندرێت.
- Sigmoïdoscopy کاتێک پێویستە کە پزیشک بیەوێت و بە پیویست بزانێت کە شوێنێک سەرووتر لە ڕیخۆڵەدا ببینێت.
- کاتێ Coloscopy واتە کۆڵۆسکۆپی،پزیشک مەبەستی بینینی هەموو بەشەکانی ڕیخۆڵەی گەورەیە.

سەرجەم ئەو پشکنینانە کاتێک دەتوانرێن ئەنجام بدرێت کە ناو ڕیخۆڵەی گەورە پاک بێت.
بۆ ئەنجامی ڕێکتۆسکۆپی و سیگمۆئیدسکۆپی،ئۆقنە کردن پێویستە بە ڕیگەی کۆمدا.ی.ەڵام بۆ کۆڵۆسکۆپی پێویستە تەواوی ڕیخۆڵەی گەورە پاک بکرێتەوە کە ڕۆژێک پێش پشکنینەکە دەستپێدەکرێت بە پاککردنەوەی بە ڕیگەی دەرمانی تایبەت بۆ ئەو مەبەستە.
ئەنجامدانی ئەو پشکنینانە،ناخۆشن بەلام زۆر بە ئازار وە گرفت نین.ئەوان کەم یان زیاد لە ١٠ تا ٣٠ خوولەکی پێدەچێت.
ئەگەر بۆ کۆڵۆسۆپی دڵەڕاوکێ یان ترس هەبێت ئەوا باشترە پێشتر حەبێکی ئارامبەخش و خەوهێنەربە نەخۆش بدرێت بۆ ئەوەی گرژی و دەروونی نەمێنێت.چۆنکە دڵنیاتروە ئاسانترە بۆ ئەنجامدانی پشکنینەکە.

- وێنە ی ڕیخۆڵەی گەورە بە تیشکی Röntgen کە بە سوود وەرگرتن لە کۆنتراستی باریۆم لە ناو ڕیخۆڵەدا.
- CT-colografy وێنەی ڕیخۆلەی گەورە بە تیشکی Röntgenبەڵام لێرەدا وێنەکان بە کۆمپیوتەر چاک دەکرێن.بەو ڕێگەیە وێنەکان زانیاری زیاتر دەبەخشن.
- Endo-echografy زیاتر لە حاڵەتی تومۆر یان گرێ لە بەشی کۆتایی ڕیخۆڵەی گەورەدا ئەنجام ئەدرێت.
- پشکنینی خوێن بۆ گەران بە دوایی CEA(carcino-embryonal antigen) لە ناو خوێندا.ئەگەر تومۆر یان گرێ لە ناو ڕیخۆڵەی گەروەدا هەبێت،ئەوا گرێکە ئەو جۆرە پێکهاتە دەردەکات و لە ناو خوێندا دیار دەکەوێت.
- CT-sacn(computertomografy) ئەگەر پزیشک گوومانی هەبێت کە گرێی شێرپەنجەکە هەروەها لە ەوانەیە لە ئۆرگانەکانی تریشدا کە لە ناو زگدا بڵاو بووبێتەوە،ئەوا ئەو پشکنینە ئەنجام ئەدرێت.
- Echografy of de lever ئیکۆگرافی یان سۆنەری جگەر،بۆ گەڕان بە دوای ئەگەری هەبوونی بڵاوبوونەوەی شێرپەنجە لە جگەردا.
- MRI(magnetic resonance Imaging) بە ڕێگەی ئەو پشکنینە دەتوانرێت،ناو جەستە باشتر ببیندرێت و تومۆر یان بڵاوبوونەوەکە دەستنیشان بکات.

Stadium

ڕێزبەندی

بۆ ئەوەی پزیشک بتوانێت جۆری چارەسەری هەڵبژێرێت کە بۆ نەخۆشەکە پیویستە بکرێت،وا دەبێت پێشتربزانێت کە گرێکە لە کام جۆر لە جۆرەکانی خانەی شێرپەنجەی هەیە،چەند و تا چی ڕادەیەک مەترسیدارە و لە کام ڕێزەدایە یاخوود لە چی دەرەجەیەکدایە. staduim یاخوود دەرەجە بە مانای ئەوەیە کە گرێی شێرپەنجەکە تا چی ئەندازەیەک بڵاو بۆتەوە لە ناو جەستەدا.
پزیشک Staduim دەستنیشان دەکات بە گوێرەی ئەو پشکنین و لێکۆڵینەوانەی خوارەوە:

- گەورەیی و قەوارەی گرێ یان تومۆر و ئەندازەی کە جەند دەورووبەری خۆی گرتۆتەوە (T,tumor).
- هەبوونی بڵاوبوونەوە لە ناو ڕژێنەکانی لیمفاویدا (N,Node).
- هەبوونی بڵاوبوونەوە لە ئۆرگانەکانی تردا (M,metastasis) .

ڕێزبەندی /دەرەجەی نەخۆشی شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی گەورە کاتێک دەتوانرێت بە دڵنیایی بکرێت کە پزیشکی پاتۆلۆج تومۆرەکەی دوای نەشتەرگەری لە ژێر میکرۆسکۆپ بینیبێ و لێی وورد بووبێتەوە. ئەنجامەکەی بە گوێرەی میتۆدی TNM-classification بە نەخۆش ڕادەگەیاندریت.

TNM-stadium I واتە ڕیزی یەک
گرێ ڕۆیشتووە تا ناو پەردە لینجەی ناو زگ و یان لە ناو ڕیزی ناوەوەی خوارێی ماسوولکەی ڕیخۆڵەی گەورە.

TNM-stadium II واتە ڕیزی دوو
تومۆر یان گرێکە لە چینی ماسوولکەی دیواری ڕیخۆڵەدا تێپەڕیوە وە نەرمکەی دەورووبەریشی گرتۆتەوە.

TNM-stadium III واتە ڕیزی سێ
لەو ڕیزەدا،ئەوا شێرپەنجە لە ناو ڕژێنەکانی لیمفاوی نزیک گرێکەدا بڵاو بۆتەوە.

TNM-stadium IV واتە ڕیزی چوار
لێرەدا بڵاوبوونەوە هەیە لە ناو ڕژێنەکانی لیمفاویدا کە دوورن لە گرێیەکە و هەروەها لە ناو ئۆرگانەکانی تریشدا.

نائارامی دەروونی و بێ دڵنیایی
ماوەیەک دەخایەنێت تاکو سەرجەم پسکنینەکانی پێویست ئەنجام ئەدرێن و ئەنجامی جۆری دەرەجە و شێوەکەی تومۆرەکە دەرئەکەوێت.
لەوانەیە نەخۆش زۆر پرسیاری بۆ بێتە پێش و هزری پێوەی ماندوو بێت لە بارەی چۆنییەتی نەخۆشییەکە و ڕادەی مەترسی وە ئیمکاناتی چارەسەری لە کاتێکدا جارێ بە تەواوی دیار نەکراوە وە هێشتا لە قۆناغی چاوەڕوانی و بێ دڵنیایی دایە وە وەڵامی ئەو پرسیارانە لەو کاتەدا نەدرێتەوە.ئەوەش دەبێتە هۆی نائارامی دەروونی وە بێ دڵنیایی لە نەخۆش و کەس وکاری نزیکیدا.
ئەگەر پێشتر لە بارەی هەندێک پشکنین زانیاری هەبێت ئەوا هەنگاوێک ئاسانتر دەبێت بۆ نەخۆش.هەموو کاتێک زانیاری سەربەخۆ نادرێت.ئینجا باشتروایە نەخۆش خۆی داوای بکات و بپرسێت.

چارەسەری
باوترین چارەسەرییەکانی شێرپەنجەی ڕیخۆڵەی گەورە ئەوانەی خوارەوەن:

- Operation واتە چارەسەری بە ڕێگەی نەشتەرگەری.
- Radiotheray or Radition واتە چارەسەری بە ڕێگەی رادیۆتراپی.
- Chemotherapy واتە چارەسەری بە ڕێگەی کیمۆتراپی،کە خانەکانی خراپ دەکوژێت یان پێشییان پێدەگرێت.

  زۆربەی جار وێکڕایی ئەو چارەسەرییانە پێویستن.

مەبەست لە چارەسەری:

ئەگەر مەبەست بۆ چارەسەری بە مانای بنبڕکردن بێت ئەوە پێی دەڵێن Curative

Adjuvanteچارەی ئەدڤەنت کە بەشێکە لە چارەی کوراتیڤ و مەبسەت ئەوەیە کە پشتیوانییەکی ترە بۆ چارەسەری بنبڕکردن.نموونەکەی چارە بە کیمۆتراپییە،کە بۆ لەناوبردنی ئەو خانە تێکچوو وە خراپەکان کە بە چاو نابینرێن بەڵام ئەگەری هەبونییان هەیە لە جەستەدا.بەو ڕێگەیەدا مرۆڤ هەوڵ ئەدات،پێش بە سەرهەڵدانەوەی خانە خراپەکان بگرێت. یان کەمی بکاتەوە.

Neo-adjuvane کاتێکە کە پێش نەشتەرگەری بە ڕێگەی رادیۆتراپی و کیمۆتراپی مرۆڤ هەوڵ ئەدات کە گرێکە بچووکتر بکاتەوە.

کاتێک کە نەخۆشییەکە چاری نەبێت واتە Curative چاری کوراتیف سوودی نەبێت ئەوە دەبیتە . Palliative

لە حاڵەتی پاڵیاتیف دا مەبەست ئەوەیە کە ماوەی ژیانی نەخۆشەکە تا بتوانرێت درێژتر یان کێشەکانی وەکو ئازار کەمتر بکرێت.

نەشتەرگەری

نەشتەرگەری لە زۆربەی حاڵەتەکانی شێرپەنجەی ڕیخۆڵەدا پێویستە.مەبەسەت لە نەشتەرگەری جاریوایە کوراتیفە و جاریواشە پاڵیاتیفە.ئەگەر مەبەست پاللیاتیف بێت،ئەوە زۆر سادەیە بە بەراوورد لە گەڵ مەبەستی کوراتیف.

نەشتەرگەری کوراتیف

نەشتەرگەر کاتێ نەشتەرگەرییەکە نە تەنیا تومۆرەکە بەڵکو بەشە ساغەکانی دەوروبەری گرێکەش لادەبات.هەروەها ڕژێنەکان،لیمفەکان،خوێنبەرەکانی نزیک گرێکەش دەبڕێت چۆنکە کاتێ نەشتەرگەرییەکە نازانرێت کە ئەو بەشانە پاکن یان تووشی خانەی شێرپەنجەیی هاتوون.هەروەها لەبەرئەوەی کە لیمفەکان و خوێنبەرەکان لەناو یەکتر ئاڵاون.

پزیشکی پسپۆر واتە پاتۆلۆج،بەسە براوەکان لە ژێر میکرۆسکۆپ دادەنێت و لێی دەڕوانێت بۆ بەدواداگەڕانی خانەکانی شێرپەنجەیی.ئەنجامی ئەوپشکنینە زانیاری گرنگ لە بارەی ڕیزبەندییەکەی تومۆرەکە دایە.

بە گوێرەی ئەو ئەنجامە،چۆنییەتی و جۆری کیمۆتراپییەکە هەڵدەبژێرن.

نەشتەرگەرییەکە چۆن کۆتایی پێدێت،ئەوە بەیوەستە بە شوێنی لابردنی گرێکە.

دوایی خوێندنەوەیی ئەم نامیلکەیە، ئەگەر گوومان یان پرسیارت هەیە ، ئەوە دەتوانی ئاراستەی پزیشکێکی پسپۆر لەم بارەوە یان ڕاوێژ لەگەڵ سەنتەری پەنا بۆ پشتیوانی لە تووشبووان بە شێرپەنجە لە کوردستان بکەیت.

Facebook:Penapenacenter
E- mail:pena-center@hotmail.com
Mobile:(00964)0750.368 37 44
www.penacenter.com

سەرچاوە:

www.kwfkankerbestrijding.nl

www.wcrf.org